امراضِ روحانی کی شناخت کی سو 100 علامات

جمع و ترتیب

سیّد عابد حسین زیدی

پیغام وحدتِ اسلامی کراچی

شناخت

نام کتابچہ	:	امراض روحانی کی شناخت کی ۱۰۰ علامات
تالیف	:	سیّد عابد حسین زیدی
گرافکس	:	سیّد شاہ زیب علی رضوی ، سیّد محمد علی زیدی (ذیشان)
کمپوزنگ	:	سیّد محمد علی کاظمی
تعدادِ اشاعت	:	۱۰۰۰
مطبع	:	الباسط پرنٹرز، کراچی
طبع	:	چہارم
سال طبع	:	مئی 2008

باہتمام
مدرسۃ القائم علیہ السلام
A-50 بلاک 20، سادات کالونی، فیڈرل بی ایریا، کراچی
فون: 021-6366644 , 0334-3102169
ویب سائٹ: www.al-qaaim.com ای میل: info@al-qaaim.com

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ ٥

پیش لفظ

گناہ گاروں کے لئے پروردگار عالم کے علاوہ کوئی پناہ گاہ نہیں۔محمدؐ وآلِ محمدؑ کے وسیلے سے گناہوں سے سچی توبہ کئے بغیر چین نہیں ملنا چاہئیے اور ذرا دیر بھی توبہ میں نہیں لگنی چاہئیے۔ایک سانس بھی مجرمانہ حالت میں لینا خطرناک ہے کیا عجب کے یہی سانس آخری ہو اور مجرمانہ حالت میں ہی روح نکل جائے۔

اے اللہ آپ ہمارے گناہوں کو لوگوں کے سامنے ظاہر کردیتے تو وہ ہماری رسوائی کا تماشہ دیکھتے۔آپ اگر چاہتے تو ہمارے گناہوں کے باعث اپنی قدرت قاہرہ سے ہمیں دردناک بیماریوں میں مبتلا کردیتے تو ہمارا کیا حال ہوتا یا ہمیں تنگدستی اور فاقوں میں مبتلا کردیتے۔لیکن آپ کے کرم وحلم نے ہم سے انتقام نہیں لیا۔

اے اللہ کسی بھی چیز سے جدائی کے بعد اس کا بدل ملنا ممکن ہے۔لیکن اگر آپ سے جدائی ہوگئی تو کیوں کہ آپ ایک ہی ہیں اس لئے آپ کا بدل ملنا ممکن نہیں ہے۔اے اللہ دنیا کی آگ کی ایک چنگاری ہمیں برداشت نہیں تو جہنم کی آگ جو ستّر گُنا اِس آگ سے زائد ہے کیسے برداشت کریں گے۔اے اللہ ہمارے اعمال تو سزاوار جہنم ہیں مگر آپ کی رحمت سے فریاد کرتے ہیں کہ جہنم کہ دردناک عذاب سے نجات کو ہمارا مقدر بنادیں۔

اے اللہ ہم تیری بارگاہ میں سچے دل سے اپنے گناہوں کی توبہ کرتے ہیں۔

تھوڑی سی بارود جو مخلوق ہے پہاڑوں کو اڑادیتی ہے تو آپکی رحمت کی کیا شان ہوگی،

گناہوں کے پہاڑ کیوں کر نہ اڑادے گی۔اے اللہ اگر آپ کو ہماری بھلائی مقصود نہ ہوتی تو یہ خیالِ توبہ بھی ہمارے دماغ میں نہ آتا۔اس بات کی طرف متوجہ کرنا دلیل ہے کہ آپ کا ہمیں معاف کردینے کا ارادہ ہے۔

والسّلام

ادارہ پیغام وحدت اسلامی

رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا

خطا کار تو سب ہیں

لیکن بہترین خطا کار وہ ہے

جو بہت توبہ کرنے والا ہے۔۔

امراضِ روحانی جو اُخروی ہلاکت کا پیش خیمہ بن سکتے ہیں،،

ان میں سے چند بڑے بڑے امراض یہ ہیں ۔۔

۱۔ غرور و تکبّر
۲۔ حسد
۳۔ ریاکاری
۴۔ عُجب و خود پسندی
۵۔ حُبّ جاہ و شہرت
۶۔ شہوت
۷۔ بدگمانی
۸۔ کینہ
۹۔ بخل
۱۰۔ غصّہ و غضب
۱۱۔ طمع و لالچ
۱۲۔ دنیا کی شدید محبت
۱۳۔ دراز امیدیں
۱۴۔ عداوت و دشمنی
۱۵۔ نفاق
۱۶۔ حماقت و بے عقلی
۱۷۔ بے یقینی
۱۸۔ غفلت
۱۹۔ خود ساختہ جہالت
۲۰۔ بزدلی

خود احتسابی چارٹ بھرنے سے پہلے اسے ضرور پڑھیں

(۱) ان ۱۰۰ علامات میں سے اکثر کبیرہ گناہوں کی نشاندہی کرتی ہیں او کچھ شدید مکروہ افعال کی نشاندہی اور کچھ ایسے مباح افعال کی طرف اشارہ کرتی ہیں جو بعد میں کسی حرام کام کا پیش خیمہ بن سکتے ہیں۔

(۲) امراضِ روحانی کی علامات ۱۰۰ ہی کی حد تک محدود نہیں لیکن کیوں کہ مختصر کتابچہ میں کوئی معیّن عدد ہونا ضروری تھا اس لئے ۱۰۰ کے عدد کا انتخاب کیا گیا۔

(۳) یہ علامات دوسرے افراد میں نہیں بلکہ خود اپنے اندر تلاش کرنی ہیں۔

(۴) اس میں باریک بینی اور اپنے نفس سے سوءِ ظن رکھتے ہوئے شمار کریں کہ یہی موقع ہے کہ جہاں بدگمانی جائز ہے یعنی اپنے نفس سے بدگمان رہنا۔

(۵) جب امراض کی نشاندہی ہوجائے تو اسکے علاج کی طرف فوری متوجہ ہوجایئے۔

(۶) ان امراض کی نشاندہی کرنے والی جو ۱۰۰ علامات کا ہم نے تذکرہ کیا ہے۔ ان امراض پر قابو پانے کے لئے اپنے ڈاکٹر آپ خود بن سکتے ہیں۔ اور جو علامات آپ اپنے اندر محسوس کریں انہیں پینسل سے بلاک میں نشان زد کیجئیے۔ اور پھر انہیں شمار کریں۔

(۷) اگر آپ کا اسکور ۱ تا ۲۵ ہے۔ تو ابھی ان امراض پر قابو پانا آسان ہے۔ آپ کا نفس اصلاح کی جانب مائل ہے۔ اقدام کریں غفلت سے کام نہ لیں۔

☆ اگر آپ کا اسکور ۲۵ تا ۵۰ ہے۔ تو یہ اس بات کی نشاندہی ہے کہ امراضِ روحانی اندر سرائیت کرتے جارہے ہیں اور اگر ان کے معالجے کی طرف توجہ نہ دی تو ہو سکتا ہے کہ وہ لاعلاج ہو جائیں۔

☆ اگر خدانخواستہ اسکور ۵۰ تا ۷۵ ہے تو آخرت میں شرمساری و ذلت و رسوائی کا خطرہ خطرناک حد تک بڑھ چکا ہے۔

☆ اور اگر اسکور اللہ نہ کرے کہ ۷۵ سے زائد ہو جائے تو ہوشیار اور خبردار ہو جانا چاہئیے کہ ان امراض پر قابو پانے کے فوری اور عملی اقدامات انتہائی ذہانت و ہوشیاری اور تیز رفتاری اور پلاننگ سے نہیں کیئے تو ہلاکتِ اخروی کا سنگین خطرہ ہے۔ اور برزخ و قیامت و صراط اور دوزخ کے خطرناک عذابوں کا سامنا ہے۔

☆☆☆☆☆

حضرت علیؑ نے فرمایا

اپنے کردار کے ذریعے قیامت کے دن ہماری شفاعت سے دور نہ ہو خدا کے نزدیک تمہاری جو منزلت ہے اسے حقیر دنیا کی محبت میں ہاتھ سے نہ جانے دو۔

خود احتسابی

امراض روحانی کی شناخت کی ۱۰۰ علامات

پینسل سے نشان زد کیجئے۔۔

(۱) ☐ خدا کے احکام کی خلاف ورزی دیکھنے کے باوجود طبیعت پرسکون رہتی ہے۔

(۲) ☐ کم عمر یا کم مرتبہ لوگوں کو سلام کرنے میں ہچکچاہٹ محسوس ہوتی ہے۔

(۳) ☐ تنہائی کی نسبت لوگوں کے درمیان دینداری زیادہ ظاہر ہوتی ہے۔

(۵) ☐ موت اور آخرت سے متعلق گفتگو سننا پسند نہیں کرتے۔

(۶) ☐ دل چاہتا ہے کہ ہماری دینی ترقی کا علم سب کو ہو جائے۔

(۷) ☐ دو مومنین یا مومنات میں اگر جھگڑا ہو جائے تو صلح کرانے کی بجائے یہ سوچتے ہیں کہ کون دوسروں کے جھگڑے میں پڑے۔

(۸) ☐ ہمیشہ نہیں تو اکثر گانا یا موسیقی سن ہی لیتے ہیں۔

(۹) ☐ خمس کی ادائیگی کا حساب کتاب اب تک صحیح طور پر نہیں رکھا۔

(۱۰) ☐ نماز جماعت کے لئے مسجد میں کبھی کبھار جانا ہوتا ہے اور اگر چلے بھی جائیں تو جلدی وہاں سے نکلنے کو دل چاہتا ہے۔

(۱۱) ☐ رمضان کے آغاز پر اس کے جلد ختم ہونے کا انتظار رہتا ہے۔

(۱۲) ☐ دینِ حق کی تبلیغ ہر مومن اور مومنہ کی ذمہ داری ہونے کے باوجود کبھی کوئی عملی قدم اٹھانے کے بارے میں نہیں سوچا۔

(۱۳) ☐ سال میں دو ایک درسِ اخلاق سے زیادہ شرکت نہیں ہو پاتی۔

(۱۴) ☐ گناہوں کو دیکھنے کے باوجود امر بالمعروف اور نہی عن المنکر سے اکثر رک جاتے ہیں۔

(۱۵) ☐ غیبت کرنے اور سننے میں مزا آتا ہے۔

(۱۶) ☐ اگر کوئی ہمیں ہماری غلطی پر ٹوکے تو ہمیں غصہ آجاتا ہے۔

(۱۷) ☐ اپنے اہل وعیال اور خاندان کی دینی تعلیم وتربیت کے لئے کوئی عملی قدم نہیں اٹھایا ہے۔

(۱۸) ☐ اپنے کئی رشتہ داروں کے لئے دل میں کینہ محسوس ہوتا ہے۔

(۱۹) ☐ روزانہ ۱ یا ۲ بار یا زائد جھوٹ منہ سے نکل ہی جاتا ہے۔

(۲۰) ☐ روزانہ ۲ ، ۳ افراد یا زائد کی غیبت یا مذاق اڑا ہی لیتے ہیں۔

(۲۱) ☐ دینی کتابوں خصوصاً اخلاقیات کو درست کرنے والی کتابوں کے مطالعہ کی نوبت کبھی کبھار ہی آتی ہے۔

(۲۲) ☐ کبھی کبھار دوسروں کی چیز بغیر اسکی اجازت یا رضامندی کے استعمال کر لیتے ہیں۔

(۲۳) ☐ کسی دنیاوی بات پر مومن یا مومنہ سے بات چیت بند کر دی ہے۔

(۲۴) ☐ قدرت رکھنے کے باوجود بعض اوقات مومن کی حاجت روائی سے رہ جاتے ہیں۔

(۲۵) ☐ لوگوں کے عیب معلوم کرنے میں تجسّس سے کام لیتے ہیں۔

(۲۶) ☐ لوگوں کو بُرے القاب یا نام بگاڑ کر پکارنے میں لطف محسوس ہوتا ہے۔

(۲۷) ☐ ہماری کسی بات سے کسی کو کوئی تکلیف پہنچ جائے اسکی زیادہ پرواہ نہیں ہوتی۔

(۲۸) ☐ دین کی ترویج وتبلیغ کا کام کرنے والے اداروں سے عموماً تعاون نہیں کرتے۔

(۲۹) ☐ ہماری شان میں کسی سے کوئی قصور ہو جائے تو آسانی سے معاف نہیں کرتے۔

(۳۰) ☐ مومن یا مومنہ کی کسی خفیہ بات یا راز کو دوسروں سے رازداری کی ضمانت لے کر بتا دیتے ہیں۔

(۳۱) ☐ جھوٹی قسم کھانے کا کوئی موقع آجائے تو دریغ نہیں کرتے۔

(۳۲) ☐ رشتہ داروں اور دوستوں سے معمولی باتوں پر جھگڑا ہو جاتا ہے۔

(۳۳) ☐ بازاروں میں غیر ضروری آمدورفت اور گھومنے پھرنے میں بہت مزا آتا ہے۔

(۳۴) ☐ گناہوں کے متعلق سوچنا اور لذت لینے میں مزا آتا ہے۔

(۳۵) ☐ یہ سوچ کر بھی اکثر گناہ کر جاتے ہیں کہ اللہ بڑا مہربان ہے بخش دے گا۔

(۳۶) ☐ دعا قبول نہ ہو یا کوئی پریشانی آجائے تو خدا سے شکایت کرتے ہیں۔

(۳۷) ☐ مالدار وصاحب حیثیت لوگوں سے تواضع وانکساری اور عزت سے اور غرباء و

کم حیثیت لوگوں سے سختی یا عام طریقے سے ملتے ہیں۔

(۳۸) ☐ اپنی ذاتی شہرت کے اسباب تلاش کرتے ہیں۔

(۳۹) ☐ اپنے ساتھ بہتر امتیازی سلوک کی خواہش رہتی ہے۔

(۴۰) ☐ فرائض وواجبات میں غفلت رہتی ہے۔لیکن مستحبات کو زوروشور سے انجام دیتے ہیں۔

(۴۱) ☐ دوسرے اگر ہمیں کوئی نصیحت کرے تو زیادہ اہمیت نہیں دیتے۔

(۴۲) ☐ اپنے سے کم مرتبہ اور کم حیثیت مومنین سے ملاقات کے لئے نہیں جاتے۔

(۴۳) ☐ واجب وحرام کی پابندی طبیعت پر بہت بوجھ محسوس ہوتی ہے۔

(۴۴) ☐ گھر والوں کی نسبت باہر والوں سے زیادہ اخلاق سے ملتے ہیں۔

(۴۵) ☐ خواہش کے مطابق کوئی تعظیم نہ کرے تو برا مانتے ہیں۔

(۴۶) ☐ اپنی جہالت وکم علمی پر راضی رہتے ہیں اور علمِ دین میں اضافے پر توجہ نہیں دیتے۔

(۴۷) ☐ علماء سے بدگمانی رہتی ہے۔

(۴۸) ☐ فسق وفجور اور دنیا کی محبت میں گرفتار دوستوں کی صحبت میں بہت لطف محسوس ہوتا ہے۔

(۴۹) ☐ اپنی غلطی کے باوجود دوسروں سے غلطی کی معافی مانگنے سے اجتناب کرتے ہیں۔

(۵۰) ☐ اگر کسی سے اپنے حق میں کوئی کمی ہو جائے یا اختلاف ہو جائے تو اس سے بدلہ لینے کی فکر میں رہتے ہیں۔

(۵۱) ☐ اپنے اوقاتِ فراغت کو زیادہ تر فضولیات میں ضائع کر دیتے ہیں۔

(۵۲) ☐ خود کو آئمہؑ کی شفاعت کے وعدے کی وجہ سے عذابِ الٰہی سے بے خوف سمجھتے ہیں۔

(۵۳) ☐ دنیا میں اعلیٰ سے اعلیٰ مقام کی خواہش رہتی ہے۔

(۵۴) ☐ اپنے مخالف کی مصیبت اور پریشانی پر خوشی محسوس ہوتی ہے۔

(۵۵) ☐ خدا کی عطا کردہ نعمتوں اور صلاحیتوں کو خدا کی راہ میں استعمال نہیں کرتے بلکہ بعض دفعہ گناہ ہی میں استعمال کر جاتے ہیں۔

(۵۶) ☐ اکثر دوسروں کو گناہوں سے بچنے کی نصیحت کرتے ہیں مگر خود وہی عمل انجام دے دیتے ہیں۔

(۵۷) ☐ نامحرموں سے آزادانہ میل جول رکھتے ہیں۔

(۵۸) ☐ امامؑ کی تقلید کے حکم کے باوجود یا تو تقلید ہی نہیں کرتے یا کرتے بھی ہیں تو اپنے مرجع کے مسائل معلوم کرنے کے لئے جدوجہد یا اس پر عمل نہیں کرتے۔

(۵۹) ☐ اپنی خوبصورتی، حیثیت، مقام ومرتبہ، خاندان، علم ودولت، یا اولاد پر فخر کرتے ہیں۔

(۶۰) ☐ اپنی عبادات اور نیکیوں کو دوسروں کے سامنے ظاہر کرنے کے لئے طبیعت بے چین رہتی ہے۔

(۶۱) ☐ بعض رشتہ داروں سے مکمل قطع تعلق کرلیا ہے۔

(۶۲) ☐ بعض لوگوں کے مقام و مرتبہ یا کسی نعمت کو دیکھ کر دل میں جلن محسوس ہوتی ہے۔

(۶۳) ☐ دوسروں کے گناہوں کو کینسر اور اپنے گناہوں کو زکام سمجھتے ہیں۔

(۶۴) ☐ اخلاق سوز ڈرامے اور فلمیں دیکھ ہی لیتے ہیں۔

(۶۵) ☐ غریب رشتہ داروں کی امداد نہیں کرتے۔

(۶۶) ☐ مومن یا مومنہ پر اکثر اوقات طنز کر جاتے ہیں۔

(۶۷) ☐ دینِ محمدؐ و آلِ محمدؑ کی تبلیغ و ترویج کے لئے اپنا مال یا جسمانی و ذہنی صلاحیتوں کو کبھی استعمال نہیں کرتے۔

(۶۸) ☐ اخلاق خراب کرنے والی کتب یا رسائل کا مطالعہ اکثر کرتے ہیں۔

(۶۹) ☐ دنیاوی کاموں کو فوراً کرتے ہیں اور آخرت کے امور کو مستقبل پر ٹال دیتے ہیں۔

(۷۰) ☐ تلاوتِ قرآن کرنے کو زیادہ دل نہیں چاہتا۔

(۷۱) ☐ گناہوں سے سچی توبہ کرنے کا کبھی کوئی جامعہ پروگرام نہیں بنایا۔

(۷۲) ☐ مال کمانے کے ذرائع میں کبھی حلال اور حرام کی فکر نہیں کی۔

(۷۳) ☐ نماز واجب خصوصاً نماز فجر اکثر قضا ہو جاتی ہے۔

(۷۴) ☐ حج واجب ہونے کے باوجود ادائیگی میں تاخیر کرتے ہیں۔

(۷۵) ☐ خلافِ مزاج بات ہو جانے پر ماں باپ اور بڑوں سے بھی سختی سے بات کر جاتے ہیں۔

(۷۶) ☐ مرد ہونے کی صورت میں ڈاڑھی مونڈنا بہتر محسوس ہوتا ہے۔

(۷۷) ☐ وعدہ خلافی کرنے پر بھی طبیعت پر کوئی بوجھ محسوس نہیں ہوتا۔

(۷۸) ☐ اپنے امراضِ روحانی کی شناخت، اصلاح اور علاج کے لئے وقت نہیں نکالا۔

(۷۹) ☐ ہر وقت دنیاوی آسائشوں (Luxuries) کی طلب میں مصروفِ عمل رہتے ہیں۔

(۸۰) ☐ جب غصہ آتا ہے تو زبان پر کنٹرول کرنا بہت مشکل ہو جاتا ہے۔

(۸۱) ☐ عورت ہونے کی صورت میں بن ٹھن کر زیب و زینت کے ساتھ بے پردہ گھر سے نکلنا اچھا لگتا ہے۔

(۸۲) ☐ ہر وقت اپنے ذاتی فائدے کی فکر رہتی ہے چاہے دوسروں کا نقصان ہی کیوں نہ ہو جائے۔

(۸۳) ☐ کسی مومن یا مومنہ کی طرف سے تکلیف پہنچ جائے تو بد دعا دینے سے بھی نہیں چوکتے۔

(۸۴) ☐ زیادہ غصہ آجائے تو گالیاں دینا یا نازیبا کلمات کہنے سے بھی گریز نہیں کرتے۔

(۸۵) ☐ اپنی عبادات و اعمال کو شریعت کے مطابق بنانے میں باریک بینی سے کام نہیں لیتے۔

(۸۶) ☐ موت، برزخ، صراط، میزان، جنت وجہنم اور آخرت کے متعلق معلومات بڑھانے کا زیادہ شوق نہیں۔

(۸۷) ☐ اپنے نظریات، عقائد اور معلومات کے سامنے دوسروں کی رائے کو کوئی اہمیت نہیں دیتے اور ان کی لاعلمی اور جہالت کا رونا روتے رہتے ہیں۔

(۸۸) ☐ عام طور پر کسی کی کوئی چیز لے کر یا قرضے لے کر ادائیگی بھول جاتے ہیں یا ٹال مٹول سے کام لیتے ہیں۔

(۸۹) ☐ عام زندگی میں پیش آنے والے شرعی مسائل کے لئے اپنے مرجع کا فتویٰ معلوم کرنے کی بجائے اپنی سنی سنائی معلومات پر زیادہ بھروسا کرتے ہیں۔

(۹۰) ☐ خود کو اور اپنے گھر والوں کو ٹی۔وی، ڈش، کیبل یا انٹرنیٹ کے مضر اثرات سے بچانے کے لئے کبھی سنجیدگی سے غور یا عملی اقدام نہیں کیا۔

(۹۱) ☐ امانتاً رکھوائی ہوئی چیزوں کے استعمال میں زیادہ احتیاط سے کام نہیں لیا۔

(۹۲) ☐ خدا کی ناراضگی سے زیادہ لوگوں کی ناراضگی کی فکر رہتی ہے۔

(۹۳) ☐ جسمانی بیماریوں کے علاج پر جتنی توجہ دیتے ہیں اسکے مقابلے میں اخروی ہلاکت کے امراض کے علاج پر ایک فیصد بھی توجہ نہیں دیتے۔

(۹۴) ☐ امام زمانہؑ کے ظہور کی راہ ہموار کرنے یا ان کی فوج کا سپاہی بننے کے لئے زبانی جمع خرچ کے علاوہ اور کوئی کام نہیں کیا۔

(۹۵) ☐ اپنے پچھلے گناہ وغفلت کو دیکھتے ہوئے ان امراضِ روحانی سے مایوسی ہوگئی ہے۔

(۹۶) ☐ مختلف دنیاوی یا دینی کاموں کی انجام دہی کے وقت یہ زیادہ دماغ میں رہتا ہے کہ لوگ اس کے بارے میں کیا سوچیں گے۔

(۹۷) ☐ سب کے سامنے کسی مومن یا مومنہ کو اس کی غلطی پر ٹوک دیتے ہیں۔

(۹۸) ☐ مومنین ومومنات سے عام طور پر بدگمان رہتے ہیں۔

(۹۹) ☐ اپنی ذات کی اصلاح سے زیادہ دوسروں کی اصلاح کی فکر میں رہتے ہیں۔

(۱۰۰) ☐ ایسی تقریبات میں شرکت ہو ہی جاتی ہے جہاں اسلامی اقدار کا لحاظ نہ رکھا گیا ہو۔

رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

جو شخص اپنے گناہوں کو مٹانے کی طاقت نہ رکھتا ہو اسے چاہیئے کہ وہ بہت زیادہ محمدؐ و آلِ محمدؐ پر درود پڑھا کرے تا کہ اس کے گناہ ختم ہو جائیں۔۔

ان امراض پر قابو پانے کے لئے مندرجہ ذیل ۱۴ نکاتی نسخے پر عمل کرنے سے نہ صرف ان امراض پر قابو پایا جاسکتا ہے بلکہ ان کو جڑ سے بھی اکھاڑ کر پھینکا جاسکتا ہے۔۔

۱۔ خدا سے رُو رُو کر دعا
۲۔ سچی توبہ
۳۔ عزم وارادہ
۴۔ بلند ہمتی
۵۔ مسلسل کوشش
۶۔ آئمہؑ سے توسّل
۷۔ مخلوقِ خدا کی خدمت
۸۔ کتبِ اخلاق کا مطالعہ
۹۔ نیک لوگوں کی صحبت
۱۰۔ گناہوں سے بچنے کی نیت سے صدقہ
۱۱۔ زیادہ تر اوقات میں باوضو رہنا
۱۲۔ درودِ وتسبیحات اور تلاوتِ قرآن
۱۳۔ حصولِ علم دین اور تبلیغِ دین
۱۴۔ گناہ کے مقامات سے دوری اختیار کرنا۔

☆ قرآن میں خدا ارشاد فرماتا ہے۔!

''اور اللہ کا تم پر فضل وکرم نہ ہوتا تو تم میں سے کوئی کبھی بھی پاک وصاف نہ ہوتا لیکن اللہ تعالیٰ جس کو چاہتا ہے پاک وصاف کر دیتا ہے۔''

اس سے معلوم ہوا کہ اصلاحِ نفس کی فکر اور کوشش کے ساتھ اگر مومن پر پروردگارِ عالم سے اس کے فضل وکرم اور رحمت کی بھی درخواست کرتا رہے تو پروردگارِ عالم اپنی رحمت سے ہماری اصلاح وتزکیہ کا ارادہ فرمالیں اور جب وہ مالکِ کون ومکاں ارادہ فرمالے تو اس کے اردہ کو کون توڑ سکتا ہے۔

☆ مولانا روم فرماتے ہیں:

''اے خدا اگر ہمارے قدموں پر ہزاروں نفسانی اور مکر وفریب کے جال ہوں لیکن آپکی عنایت اور مدد کے ہوتے ہوئے ہمیں کچھ بھی غم اور اندیشہ نہیں۔''

رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

''اللہ کو توبہ کرنے والے مومن مرد اور مومنہ عورت سے بڑھ کر کوئی اور محبوب نہیں۔''

امام علی علیہ السلام نے فرمایا

''جسے (توفیق) توبہ عطا ہوگی وہ قبولیت سے محروم نہیں رہے گا۔''

یاد رکھو۔!

''جنت کو تم بغیر تقویٰ کے حاصل نہیں کر سکتے''۔۔ (حضرتِ علیؑ)

ان لوگوں میں شمار نہ ہونا

جو عمل کے بغیر ثوابِ آخرت کی اُمید رکھتے ہیں
اُمیدوں کو طول دے کر توبہ کو تاخیر میں ڈال دیتے ہیں

صالحین سے محبت تو رکھتے ہیں
مگر اُن کے عمل کے مطابق عمل نہیں کرتے

گنہگاروں سے دشمنی رکھتے ہیں مگر ہیں خود بھی گنہگار

مرنے سے ڈرتے ہیں مگر عمل کا موقع ہاتھ سے
نکل جانے سے پہلے اقدامِ عمل نہیں کرتے

دوسروں کو ذرا ذرا سے گناہ کی سزا سے ڈراتے ہیں
اور خود اپنے عمل سے بھی زیادہ جزا کی امید رکھتے ہیں

جو کچھ فانی ہے اُس پر جان لڑاتے ہیں
مگر جو باقی ہے اُس سے جی چُراتے ہیں

نفع کو نقصان اور نقصان کو نفع سمجھتے ہیں

امام علی علیہ السلام ———— نہج البلاغہ